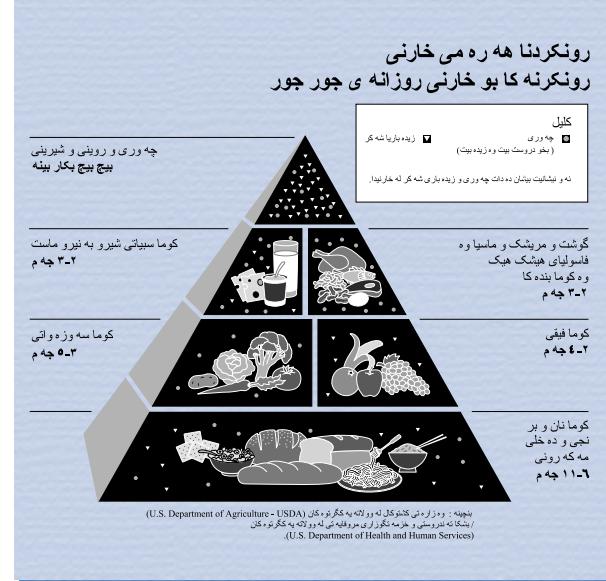


کارتا قویتی ته میریکا دکاته ولاته کی بھیز



خاردنی و هه لبزیره کو بشتگری باشه روزه کا به ته ندروستی بو
هه می قوناغیت زیان.

- دگه ل کارنا قوبتی دشی زیتر خارنی جور جور بخوی.
- بلا هه ره میت خارنی به لگه بیت بو هه لبزار دنا خاردنی.



- بلا ئارمانجاته سه نگینا ته ندروستی بیت.
- خوشی بز افیت له ش. هه ر روز ٣٠ ده قیقه و هرزش بکه ی بومه زنا و ٦٠ ده قیقه بوزاروکا.
- که له ک ره نکیت دانی هه لبزیره (به تاییه تی دان) فیقی و سه و زه وات روزانه.

وولاته یه کگرتوه کان و هزاره تی کشنوکال
(United States Department of Agriculture)
خزمه تی خاردنی و بی تیزی
(Food and Nutrition Service)
FNS 313
گوران کاری کریه سه ر له هه بیفا ده هی سالا ٢٠٠٤

و هزاره تی کشنوکال له وولاته یه کگرتوه کانی نه ریبا
(United States Department of Agriculture - USDA)
بو هه موکه سه بیه کسانیه هه روه سا به نشویش.

نه گه ر خیزانیت من مسته هه ق بیت بو کارتا قویتی.
چه ندمه و هرگرین؟

له ١ يه کی هه بیفی ١٠ سالا ٤ و هه تا کودوماهی ٣٠ ی ٩ ی سالا
٢٠٥ نه و چه دوه لی خاری بیشان ده دات کو زیده ترین و هرگریت نه گه
هیچ داهاتی نه بیت. و هه ر داهاتی نه زیده بکات ده ستکه فتی کارتا قویتی
که مبیت.

زیده ترین ده سکه فتی کارتا قویتی زماره ی نه نامیت خیزانی

دو لار	١٤٩
٢٧٤	٢
٣٩٣	٣
٤٩٩	٤
٥٩٢	٥
٧١١	٦
٧٨٦	٧
٨٩٨	٨
١١٢	١

بو هه رنه فه ریکی زیده

* نه و کارتا قویتی زیتره له نالاسکا و هاوایی.

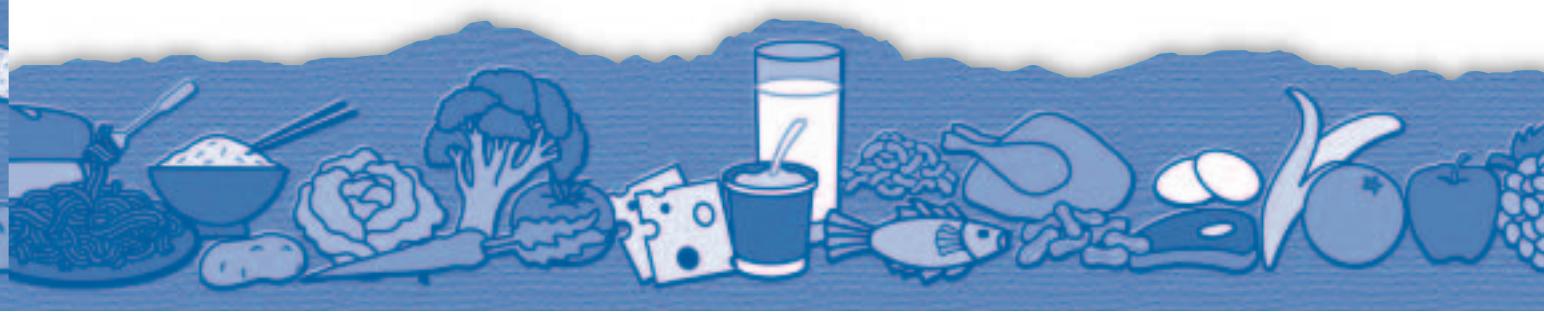
نایا نه ف کارتا قویتی باره یه؟

نه خیر. کارنا قویتی و هک کوبونه کاتایه تیه بته نیا بو کرینی خاردن. به س
ل هه ندیک ده فه ری دی و هکی کارتنه کا بلاستیکیه دشی بکاری بینی و هکی
کارتی بانقی. زوربه ی بازاری کارتا قویتی و هر گرن.

با هه که نه ز گه له ک برسپاری دی هه بن؟

بیویسته به یوه ندی به فه رمانگه هی نافخوبی بکه ی. بان نه ف زماریت ته له
فونی بی به رامبه ر ٨٠٠-٢٢١-٥٦٨٩ ١- بوله کارتیت قویتی کو زماری ته
له فونی بی به رامبه ر بیه ولایه تی ته دیداته ته.

بو خزمه تو بروگرامی خاردن دشی سه رامه بدی بريکا بوسنی نه لکترونی
لسه ر www.fns.usda.gov.



برسیاری داهاتی موجه وه نیتی لی ده کریت. وه ئه و خیزانیت يه ک
بسالاچوی بان نه خوشی هه بیت بته نیا برسیاری داهاتی نیتی لی ده کریت.

له ۱ هه بفا ۱۰ ی سالا ۲۰۰۴ وه هه تا دوماهی ۳۰ ی هه بفا ۹ ی سالا
کیوری ۲۰۰۵. سنوری داهاتی وه کی خاره وه یه:

خیزان ی زماره	یفانه هه ی موجه داهاتی*	یفانه هه نیتی داهاتی*
۷۷۶	۱۰۰۹	دولار
۱۰۴۱	۱۳۵۴	۱
۱۳۰۶	۱۶۹۸	۲
۱۵۷۱	۲۰۴۳	۳
۱۸۳۶	۲۳۸۷	۴
۲۱۰۱	۲۷۳۲	۵
۲۳۶۶	۳۰۷۶	۶
۲۶۳۱	۳۴۲۱	۷
۲۶۵+	۳۴۵+	بو هه رنه فه ریکی زیده

نه و پرینیت ده ستوریدای کیش کن؟

- ۲۰ له سه دا له داهاتی ده سکه فتی.
- بربنا ۱۳۴ دولار به به رده وامی.*
- مه سره فیت ته ندروستی. بیتر له ۳۵ دولار بو بسالاچوی وه بیت به ککه
فته.
- هه نده ک مه سره فی ناگا لی بونون وه ختنی بیویست بو مه شق کرن و
فیربون وه بیان شول. به لام ناشیت زیده تر بیت له ۲۰۰ دولار بو هه ر
زاروکاله ۲ دوو سال که متر وه زیتر له ۱۷۵ دولار بو بی دی.
- له ریگه ها قانون قه رزاري نه فه قه ی زاروکا بیت.
- هه نده ک له سه دای مه سره فی خانوی.

* هه نده ک خیزانیت مه زن دابرینی زیده تر وه رگرن. دابرین زیتره له نالاسکا وه هاوایی. نه و
خه لکیت ل کالیفورنیای اس اس نای (SSI) وه رده گردن نه وان وی حه قیان نیه.

بیویسته لسه ر من زماره ی کومه لایه تی تایبه ت (سوشیال سه
کیوری) هه بیت؟

بیویسته بو ته وه هه می نه ندامیت خیزان زماره ی تایبه تی (سوشیال سه
کیوری) هه بیت وه بان داوا بکه بیت ئه گه ر داوای کارتا قویتی بکه ی.
بیویست نینه بو هه می نه ندامیت خیزانی به شداری ل بروگرامی کارتا قویتی
بکه ن به لام بیویسته هه می داهاتی خو بیشان بدهن.

ثایا نه ویت ل نه مریکای بیت به ریگه هی یاسایی به لام هاو وولاتی
نه بیت دشیت کارتا قویتی وه رگرتی؟

بو ته هه یه کارتا قویتی وه رگرتی. دگه ل کاربه ده ستی کارتا قویتی بناخه.
وه نه گه ر بو ته نه بیت کارتا قویتی وه رگرتی. نه ندامیت خیزانی نه ویت
ئه مریکای هاتینه ل دایک بون دشین وه رگرن. وه رگرتی کارتا قویتی ج
کار ناکه ئه سه ر بونه هاو وولاتی.

بو من هه یه هاریکاریا بستینم هه که نه ز بی شول بم؟

هه که ته بشی شولی بکه ی بیویسته بخول شولی بگه ربی. بان هه که شوله
ک دانه ته بیویسته وه رگرتی. بان به شداری خو لی فیرکندا شولی ببی.

چه ند مالو پاره مه ۵۵ بیت؟

خیزانیت بسالا چوی عمری ۶۰ بسه ری هه بیت دشیت هه تا ۳۰۰۰
دولاری بی بیته زماردن هه بیت. وه خیزانی دی دشین هه تا ۲۰۰۰ دولاری
هه بن. ئه و داهاتی ل ریگه ی هاریکاریا میری (Harikaribya Kati) بو
خیزانیت بیویست - TANF (Temporary Assistance to Needy Families) (Harikaribya Kati) بو
نه و هاریکاریه وه کو داهاتی حساب ناکه بین. وه بیان هاریکاریا دابین کردنی
داهاتی ناسایشی کومه لایه تی فیدر الی (Supplemental Security Income - SSI).
خانیت ناییته حساب کرن وه قیمه تی بازاری سه پاره به که هه تا ۴۶۰ دولا
دو لا ری ناییته حساب کرن. وه ئه و سه پاریت بکار دینی بو خزمه ت کردنی
نه خوش ناییته حساب کرن.

داهاتی مه چه ند بیت؟

زوربه ی داهاتی دیته حساب کرن. داهاتی موجه (گروس) بیشی هه می
دابرینیت ده ستوریدای. وه داهاتی نیت مانای موجه بشتی هه می دابرینی
ستوریدای. ئه ویت ل سه ر به رنامه ی TANF وه بیان - SSI بیت دشین
کارتا قویتی وه رگرن. ئه و خیزانیت نه بسالا چوی وه نه خوشی هه بیت

مه به ست له بروگرامی کارتا قویتی چیه؟

بروگرامی کارتا قویتی هاریکاریه بو که
سانو خیزانیت خودان داهاتی نزم وه بان بن
بر بو کرینا خارن.

دی چه وا کارتا قویتی بده ست من که فیت؟

له کتا بیت ته له فونی بگه ری له به ربی شین بی
میری. بروگرامی کارتا قویتی ده بینی له زیر
" بشکا خزمه تین مروفایه تی "
(Social Services Department)
وه بیان " بشکا خزمه تی کومه لایه تی "
(Human Services Department)
هه روه سا بخو به بوه ندی ب فه رمانگه
ها کارتا قویتی بو ریکختا چافیکه تن دگه ل کاربه ده ستی تایبه ت.

بر سیارابکه کو ج دگه ل خو ببه ی. کاربه ده ستی فه رمانگه برسیار
داهاتی وه کری بان قه رزی خانی بسوله ی ئاورو کاره با بسوله ی ئاگاداری
زاروکا بسالا چوی. وه بسوله ی نه فه قه ی زاروکا به کاغه زه کامه حکه مه
ی بان چه کیت فه گه ربی.

له فه رمانگه هی کارتا قویتی دی سوحبه ت دگه ل ته دینه کرن. جوابیت چه ند
برسیار ادیده ی وه چه ند کاغه زانیمزا ده که ی. ئه گه ر بخو نه شی بچیته فه
رمانگه بو ته هه یه مروفه کی خو ئان هه فله کی خو بنیری بو تاخافت دگه ل
کاربه ده ست. وه هه روه سا دشیبی بریگا ته له فونی بناخه دگه ل کاربه ده
ست.

بو من هه یه کارتا قویتی من هه بیت هه که ئه ز دگه ل مالی خوبیم نان
دگه ل که سی دی؟

نه و که سیت بیکفه دزین وه بیکفه که ره ستی خارنی ده کرن و ئاماده ده که ن
نه وان که س دینیه یه ک مال. زنو میر وه هه مو زاروکیت بی عمری که متر
له ۲۲ سال به یه ک خیزان حساب کرن.

